Elimina Tus Verrugas y Lunares

Manuel Lucas

Descargo De Responsabilidad

La información, recomendaciones y otros puntos de interés que se encuentran contenidos en este reporte, son de forma estricta para el lector que adquiera estos contenidos Aclarando, que de ninguna manera, este material puede ser reproducido, distribuido o vendido, sin contar con el permiso legal del autor de esta obra.

Tabla De Contenidos

	Página
Las Verruga Y Lunares, La Enfermedad De La Piel	**05**
Síntomas Y Consecuencias	**06**
¿Cuál Es El Origen De Verrugas Y Lunares?	**08**
¿Las Verrugas Y Lunares Se Cura De Raíz?	**10**
El Control o La Cura De Verrugas Y Lunares	**12**
Tres Remedios Naturales Para Curar Verrugas Y Lunares	**15**
La Alimentación Es La Clave De Curación Para Las Verrugas Y Lunares	**16**
Disminución De Peso Es Igual A Reducción De Riesgos De Complicaciones De Las Verrugas y Lunares	**19**
Conclusión	**21**

INTRODUCCIÓN

¿Estas sufriendo de verrugas y lunares? ¿Quieres curarte? En este reporte te aportare información valiosa y algunos consejos para que te ayudes a curar tu piel de raíz de las verrugas y los lunares y que evites seguir gastando tu dinero sin resultados efectivos, someterte a cirugías, seguir sufriendo de por vida de las molestias, o complicaciones como desarrollar algún tipo de cáncer.

Así como ir poniendo fin a la vergüenza, baja autoestima, depresión y aislamiento de tu familia y amigos a causa de las verrugas y lunares.

Espero te sea de utilidad.

Las Verrugas Y Lunares, La Enfermedad De La Piel

A continuación veremos un poco sobre que son las verrugas y lunares, sus síntomas, la opinión de la medicina convencional, y los tratamientos comunes y no efectivos.

También veremos cuál es el origen real y consejos de como curarla.

Las verrugas y los lunares son un problema estético, pero sobretodo son problemas de salud de la piel, que necesitan atención para evitar crear serios problemas físicos y también emocionales.

Las verrugas y lunares son parecidos pero no son iguales. Ahora veremos por qué:

Las verrugas son tumores de la piel y un tumor es un crecimiento. Son células estimuladas por un virus y forman una bolita en forma de flor de coliflor. Brotan por varias partes de la piel, zonas visibles o en los genitales.

El virus que provoca las verrugas son el HPV o VPH (El Virus del Papiloma Humano). Según el tipo de HPV pueden provocar solo verrugas o lesiones vinculadas con el cáncer. Y son altamente contagiosas.

Los lunares por el contrario no los provoca ningún virus. Estas son manchitas marrones de la piel, de distintas coloraciones y de distinto efecto. Grandes o pequeños.

Existen lunares benignos o malignos, lunares por el sol, hasta no relacionados al sol. También existen los lunares hereditarios y los lunares con pelos.

En la actualidad algunos lunares se convierten en melanoma (células cancerosas) y se debe tener cuidado. Si se convierte en cáncer puede propagarse por todo el cuerpo.

El problema de verrugas y lunares en la piel afecta a hombres y mujeres sin importar edad, raza o color. Estatus social o económico, todos buscan lo mismo.

Las verrugas y los lunares buscan tratarse por dos puntos importantes: el aspecto estético o por el peligro que sufrir complicaciones que pongan en riesgo la integridad y la vida.

A nivel emocional es muy complicado lidiar con síntomas físicos y la fea apariencia que provocan. Así como la reacción de las demás personas.

Al final la presencia de verrugas y lunares en la piel viene creando carencia de belleza, vergüenza, falta de confianza, inseguridad, baja autoestima, depresión y aislamiento por la presencia de imperfecciones en la piel. Un agotamiento y desanimo por la vida.

Las verrugas y lunares son la ausencia de salud. Infelicidad segura.

Por esto es importante prestar la atención debida y aplicar un buen tratamiento que solucione el problema de raíz. Un tratamiento natural es lo ideal.

Síntomas Y Consecuencias

Cuando la piel está enferma o presenta síntomas es una manifestación de alerta de que algo malo sucede en el interior del organismo, la recomendación es estar alerta a los cambios y tomar medidas preventivas y curativas.

Síntomas de las verrugas

Cualquier tipo de verruga puede crear comezón, dolor, irritación, o sangrado, más cuando se toca o rosa frecuentemente la zona.

Si se trata de verrugas en los genitales con complicaciones, puede haber aumento de humedad (cerca de las verrugas), presencia de flujo vaginal, olor desagradable, irritación, ardor, picazón en la vulva o en la vagina, comezón en el área genital, dolor al tener relaciones sexuales, sangrado vaginal durante o después de tener relaciones sexuales.

Síntomas en lunares

Los siguientes síntomas son señal de complicaciones en los lunares y que pueden estar de riesgo de generar cáncer:

- Es más grande que una goma de borrar de un lápiz
- Puedes sentir dolor o picazón
- Es de forma irregular y ha cambiado de color
- Sangra de manera espontánea
- Es eliminado con cirugía u otro método y vuelve a salir.

Sabemos que todo problema de salud, por insignificante que parezca es doloroso y debilitante para todo el organismo.

Además surge el miedo que genera la enfermedad, agregado al miedo que generan los médicos y el problema se complica aún más. El miedo es peor que la misma verruga o lunar. Más aun cuando no se encuentra la solución efectiva.

En cierto punto el problema de verrugas y lunares ponen el peligro la salud física, mental, emocional y en ocasiones hasta la vida, debido a sus complicaciones.

Las verrugas y lunares son la carencia de salud y la infelicidad. Nadie se merece vivir y sufrir así.

El aporte deprimente de la medicina convencional

Con la aplicación y versión de la medicina científica o tradicional las verrugas y lunares lo mejor tratadas es con cirugía. La infección por HPV que provoca las verrugas no se cura.

Por lo tanto, no se le atribuye curación total o permanente. A base de medicamento y cirugías invasivas, solo se mantiene bajo control los síntomas de forma temporal, y padeciendo el problema de por vida.

Sin dejar de mencionar que el uso eterno de medicamentos solo empeora el problema, estando cada día más lejos de la cura natural y real de las verrugas y lunares.

Más adelante te explicare por qué. Por ahora continúa leyendo.

Estas a punto de conocer información más motivante, que lo anterior, y que te va a encantar y vas a querer saber más, y desde luego comenzar a aplicar lo que te voy a revelar, desde ahora mismo.

Sigue leyendo y lo comprobaras.

¿Cuál Es El Origen De Las Verrugas Y Lunares?

De acuerdo a mi experiencia, de ser un expaciente de verrugas y lunares, su origen es el estilo de vida erróneo.

Aunque te cueste trabajo creerlo ¡El estilo de vida moderno y según civilizado influye! Con una incorrecta alimentación y demás hábitos de vida erróneos.

Todo esto lleva a tener problemas digestivos, un ambiente ácido y la deficiente función del sistema inmunológico.

Te explico con más detalle:

Mi argumento es que la causa de las verrugas y lunares y de cualquier otra enfermedad siempre es la **sangre intoxicada**, maleada o enferma por los desarreglos en la digestión.

Además del consumo de medicamentos; incluidos los utilizados para una cirugía, y las vacunas son siempre un factor que agrega sustancias toxicas al organismo

Los desarreglos en la digestión se originan por la llevar una dieta deficiente y antinatural. El excesivo consumo de "comida basura" sin aporte nutricional, como los productos procesados, y alimentos inadecuados para el consumo humano.

Además de los venenos tóxicos que estos contienen en el proceso de transformación, refinación o conservación.

Pero veamos como sucede:

La comida al no ser bien digerida, crear muchos residuos. Se forma una capa que se acumula sobre los vellos intestinales, lo que impide la correcta absorción de nutrientes dentro del cuerpo.

Para comenzar esto ya es un problema debilitante para las funciones de nuestro organismo.

Al haber debilitamiento el sistema digestivo es más lento y son más lentas las evacuaciones de las heces fecales. Estas materias no expulsadas forman una capa que va engrosando con el tiempo, provocando el "estreñimiento".

Los intestinos se enferman y crean reacciones químicas toxicas. Los órganos importantes se debilitan, se enferman y se sobre saturan.

El cuerpo se autointoxica, **las funciones se alteran**, la sangre se contamina, el ***ambiente interno se acidifica***, y se crean un ambiente perfecto para desarrollar cualquier tipo de infección de virus o bacterias. Incluido el HPV que encuentra el lugar idóneo para anidarse, reproducirse y multiplicarse.

Y esto es ¡Lo Que Los Médicos No Te Dicen!

Los lunares son manifestaciones relacionadas con la debilidad del riñón y debilidad del pulmón.

El riñón es el órgano encargado de transformar la sangre. Él que se encarga de controlar los líquidos, separar los puros de los impuros. Y aceptar solo los puros.

El pulmón tiene la gran función de controlar la fuerza de respiración y la entrada de energía al organismo. Regula las vías de los líquidos para un control de la acidez del organismo. Es el encargado de controlar el estado de la piel, del vello, la apertura y cierre de los poros.

Como ves estos dos órganos están íntimamente ligados con la salud o enfermedades de la piel.

Toda enfermedad comienza en los intestinos. Por la formación de un ambiente interno acido, y sangre contaminada. Ahí nace el cáncer por que las células se enferman en ese ambiente contaminado. No hay células malas, lo que existen son células confundidas y enfermas.

Este es el origen del problema y para evitar complicaciones se debe limpiar la sangre y el ambiente interno.

La solución real del problema es tomar control adoptando alternativas naturales para el equilibrio de la salud.

¿Las Verrugas Y Lunares Se Cura De Raíz?

Miles, millones de personas están hoy en el mundo haciéndose la misma pregunta ¿Se curan de raíz las verrugas y lunares? Y lamentablemente siempre aterrizan en el mismo lugar con un NO ROTUNDO.

Este pensamiento, miedo, creencia, se introduce cada vez más a la mente del enfermo y llega al convencimiento de que así es, de que por más que busque no va a lograr curarse.

Este mensaje deprimente no solo lo dan los médicos, sino, los medios de comunicación, otros enfermos que tampoco han encontrado la cura, otros que ya se tuvieron que someter a forzosas y costosas cirugías.

Y que crees ¡Esto es mentira!

Claro que las verrugas y lunares se pueden curar de raíz, atendiendo el origen del problema. Miles de personas alrededor del mundo ya lo hemos comprobado.

Gracias al empeño de concentrarse en aplicar las técnicas adecuadas para: El fortalecimiento del proceso de digestión con una mejor alimentación, aprovechamiento de nutrientes y la correcta eliminación de desechos.

La reactivación de los órganos desintoxicadores: riñón, pulmón, hígado, páncreas. El fortalecimiento del sistema inmune para la eliminación de infección del HPV y la creación de un ambiente alcalino (limpio).

Todo esto ayuda a la restauración de los tejidos dañados o enfermos de la piel. Todo desde la raíz. Así como termina con toda imperfección cutánea.

La cura de raíz. Esto no lo puede lograr ni una crema o medicamento, ni tratamiento quirúrgico, ni simplemente un remedio caseros o píldora mágica.

¡Lo Puedes Lograr Tú Mismo!

Tú fuerza de voluntad, fe y confianza en el poder de tu cuerpo y principalmente de tu mente para elegir lo que te conviene. Tu estilo de vida es el que te enferma y el mismo te puede devolver la salud.

¡Todo depende de ti!

Tu cuerpo es una maravilla del creador, es capaz de auto-repararse. Solo necesita de la ayuda idónea y darle el tiempo necesario para lograr su curación o restauración.

En este reporte te tengo listos algunos consejos para lograr la eliminación de las verrugas y lunares de cualquier lugar de tu piel. Por favor sigue leyendo y aprendiendo.

El Control o La Cura De Las Verrugas y Lunares

Somos testigos de que el serio problema de verrugas y lunares es frecuente en la población, y a pesar de que la medicina convencional según se esfuerza por estudiar el problema y dar solución, no lo ha logrado hasta hoy.

La medicina convencional no ofrece una cura definitiva.

Puede que haya que admirar que si le es posible mantener el control y reducir daños al cuerpo a corto, mediano y largo plazo. Pero no solo esto queremos ni merecemos los que llegamos a sufrir el problema. Siempre se quiere la cura total.

Todos sabemos que los métodos quirúrgicos son efectivos solo para controlar algunos síntomas, para algunos de manera aceptable, desafortunadamente para otros no.

Además estos son muy costosos, y resulta frustrante sostener una tratamiento de por vida, o costear una cirugía por las verrugas y lunares que vuelven a salir. Y peor aún si no se cuenta con el servicio de seguridad social.

¡Pero, animo! Vamos por la medicina natural ¿Qué te parece?

A pesar de la versión de la medicina científica, existen formas naturales de cómo curar la enfermedad, y es revirtiendo las causas que la originaron.

Estas son alternativas utilizadas desde la antigüedad y que han funcionado a millones de personas a través de generaciones con excelentes resultados.

Técnicas que no han sido muy difundidas, simplemente porque no les conviene a los intereses de la medicina convencional. Continuemos…

Técnicas de curación:

1. Lo principal para terminar con el problema de verrugas y lunares es modificar la forma de alimentarse. Mejorar la digestión de cada comida es la clave y base principal.

2. Para esto tienes que conocer exactamente y evitar los alimentos que originan y complican tu problema de imperfecciones en la piel.

3. Corregir tus hábitos erróneos al comer, implementar hábitos saludables, y el uso de técnicas de higiene interna para lograr un ambiente limpio y alcalino que necesitas para la salud de tus células.

4. Como por ejemplo: El realizar ejercicio de forma habitual es uno de los estimulantes naturales para fortalecer el sistema digestivo y lograr una acelerada desintoxicación de todo el organismo.

5. Otro es el control del estrés.

6. Técnicas de desintoxicación rápida con alimentos y elementos naturales como hierbas medicinales y el uso de minerales.

Con estas técnicas se lograr eliminar la infección por el HPV, y eliminar toda imperfección de la piel, se trate de verrugas, lunares, pecas, manchas, barros y espinillas, etc.

Siempre, como en todo, depende de ti: si quieres solo controlar o curar definitivamente tus verrugas y lunares, es fácil pero depende de la determinación y decisión el aplicar todo lo necesario.

Curar las verrugas y lunares es algo que puedes hacer. Dejando atrás creencias, y pensamientos erróneos, o hasta la opinión de los demás.

Ejemplo:

No te debe afectar demasiado lo que puedan decir tus amigos cuando ya no consumas los mismos alimentos que ellos a la hora que comer juntos, o las quejas de tus hijos por tratar de imponer una nueva alimentación en casa.

Se debe actuar con la confianza de que todo tendrá un efecto positivo en tu vida, familia y amigos. De nada servimos en este planeta ENFERMOS, somos más útiles con energía, creatividad y felicidad, ¿O no?

Activar el cambio, sin duda alguna, no solamente te ayudará a ti, si no que servirá de ejemplo para todos los que te rodean, ya que podrás influir en ellos con el ejemplo de haberte curado.

Estas técnicas son 100% efectivas para curar las verrugas y lunares de raíz, naturalmente y de forma segura.

Pero la principal técnica de limpieza del organismo es mediante la buena o correcta alimentación.

La Alimentación Es La Clave
De Curación De Las Verrugas Y Lunares

Ahora ya sabemos que la salud o enfermedad comienza por la boca.

Nuestro estomago comienza con la digestión (mezcla de alimentos), el intestino delgado hace la absorción de nutrientes y el colon concluye con la eliminación de desechos.

Cuando este proceso falla, todo lo demás fallara también. Tu corazón, tu cerebro, tu mente, tu sistema reproductor, tu piel, etc. ¡Todo!

¡Imagínate!

Esto es como si acumularas la basura de tu casa; por días, meses o por años.
Te aseguro que llegaría el momento en que tendrías un ambiente putrefacto dentro de tu hogar, mal oliente, con bacterias y gusanos. Que ya ni tu soportarías.

Lo mismo pasaría dentro de ti con residuos de comida mal digeridos. Estos estarían creando condiciones apropiadas para infecciones y todo tipo de males.

¿Cómo estarían de decepcionados tus órganos internos con este ambiente? Para comenzar de ahí nace el sobrepeso que está ligado con la acumulación de toxinas.

Y si no lo sabias: La sangre envenenada es igual a células, tejidos, órganos y los sistemas del cuerpo enfermos. Cuerpo repleto de sangre intoxicada.

Inflamaciones. Dolores. ¡Como resultado las verrugas y lunares de tu piel!

¿Qué debes hacer?

La respuesta es fácil, se debe hacer un cambio en la alimentación y hábitos que ayuden a mejorar la digestión, eliminar los desechos estancados y

tóxicos, y contar con los nutrientes necesarios para estar bien nutridos y curarte.

¿Cuál es esa alimentación?

Principalmente alejarte de lo que acostumbrabas consumir como:

1. Comida rápida, enlatada o empaquetada.
2. Carnes, Leche y lácteos.
3. Alimentos refinados o procesados industrialmente como: harinas, arroz blanco, sal refinada y azúcar refinada; panes, galletas, pasteles, mermeladas, dulces, chocolates, refrescos de cola y demás bebidas azucaradas.
4. Comida rápida, enlatada o empaquetada.
5. Alimentos irritantes como café, alcohol, condimentos, vinagres, encurtidos, picantes y salsas.
6. Todo producto con aditivos como conservadores, colorantes, saborizantes, y adictivos, que pueden dar sabor a las sustancias más repugnantes y venenosas.

Algo que te ayudara a reducir hasta evitar el consumo total de estos productos es que sepas y seas consiente del daño que ocasiona cada uno de ellos en tu organismo. Todo comienza por la mente.

Y te has de preguntar ¿Entonces que como?

Lo ideal es consumir los regalos que la naturaleza nos otorga, comiendo alimentos naturales y de preferencia orgánicos; sin químicos y madurados en su tiempo normal.

Existe variedad de alimentos naturales para comer rico y nutritivo. La madre tierra tiene abundancia.

Aquí vemos algunos:

Los cereales, pero los INTEGRALES, que aún conservan su capa integral. Esta capa es nutritiva.

Los cereales integrales como arroz, trigo, mijo, centeno, cebada, etc. deben consumirse en un 50 a 60% en cada comida.

Este debe considerarse como platillo principal. Cocinado en una infinita variedad de recetas, ricas, apetecibles y saludables. Dependiendo de los productos a tu alcance y de tu región.

Combinado con los alimentos secundarios, que son: las verduras en un 20 a 30%, las legumbres en un 10%, algas en un 5% y semillas también en un 5%. Cantidades aproximadas.

Puedes consumir pescado una vez por semana, en un porcentaje inferior al 15% de tu plato. De preferencia cuando ya estés más recuperado.

Las frutas si se tiene problemas de salud es mejor no consumirlas hasta que se haya dado la recuperación, y en pequeñas cantidades.

Estos alimentos además de ser muy deliciosos, son ricos de todos los nutrientes que nuestro cuerpo necesita: desde proteínas vegetales, carbohidratos complejos (azucares de lenta asimilación que no causan picos elevados de insulina, ni altibajos de energía), vitaminas y minerales (en especial las algas). Además de ser altos en fibra que ayuda a drenar los intestinos.

Todos estos alimentos de más fácil digestión, no dejan residuos en el organismo, ni crean químicos tóxicos, sino que además, ayudan al desalojo de la acumulación de desechos en los intestinos, toxinas de la sangre a través del fortalecimiento y reactivación de los órganos desintoxicadores. Creando un ambiente alcalino libre de virus del HPV y sin lunares con riesgo de cáncer.

Solo una alimentación saludable puede dar paso a revertir el problema de verrugas y lunares y volver o ahora si poder lucir una piel limpia, saludable y espectacular.

Vivir sin complejos, y sin pasar más vergüenza. Vivir sin miedo de complicaciones y volver a disfrutar libremente de las reuniones con familia o amigos.

Y lograr de nuevo la tranquilidad que deseas.

Cuatro Remedios Naturales Para Curar Las Verrugas Y Lunares

Remedio para las verrugas

Remedio # 1. Dientes De León: Aplica la leche de la planta de un diente de león a la verruga. Cubre con cinta adhesiva o una curita, aplica dos veces al día hasta que la verruga se haya ido. También puedes ingerir te de diente de león, ayuda a tu curación de forma interna.

Remedio # 2. Tratamiento De Remojo: Remoja las verrugas todos los días en los baños de tratamiento ayuda a suavizar las lesiones haciendo que respondan mejor al tratamiento.

Aquí te doy 3 forma de remojo:

1. Remoja la verruga diariamente en un ambiente cálido con bicarbonato de sodio y agua.

2. Remoja la verruga de diario en un baño caliente de sal de Epsom y agua.

3. Remoja la verruga en agua muy caliente hasta que esta se convierta en agua tibia, también puedes agregar un poco de vinagre.

Remedio para los lunares

Remedio # 1. Miel y Linaza: Toma miel sin refinar y el aceite de linaza en la también semillas de lino se muelen y se añaden. Aplica esta mezcla a diario en el lunar hasta que desaparezca.

Remedio # 2. Nuez: Toma una nuez y has incisiones en la cáscara. Ten cuidado, ya que se pueden romper si utilizas demasiada presión, toma el Zumo que aparezca en la cascara, debes aplicarlo en los lunares.

Puede causarte un poco de ardor y sensación de hormigueo en la piel, pero si logras ver que tu piel se va tornando más oscura, entonces se entiende el jugo ha comenzado su mecanismo de curación, la piel volverá a su tono natural en pocas horas.

Existen otros remedios de hierbas y productos naturales muy efectivas, pero aquí solo te comparto estos cuatro.

Disminución De Peso Es Igual A Reducción De Riesgos De Complicaciones Las Verrugas Y Lunares

Uno de los problemas más serios que se relacionan con las enfermedades, incluyendo los problemas en la piel "Es el sobrepeso", tanto en su origen como en crear alteraciones o complicaciones.

Por lo anterior es importante tomar control urgente de este problema.

El origen del sobrepeso es una alteración del organismo, señal una mala alimentación y malos hábitos. Acumulación de toxinas y desechos en el organismo, más en vientre y en zonas donde hay grasa que tiene temporalmente atrapada sustancias dañinas.

Además la dieta pobre en fibra produce constipación, lo cual provoca lentas evacuaciones, acumulaciones, fermentaciones, toxicidad y finalmente enfermedad de todo tipo.

Cuando el sobrepeso es significativo, conviene adoptar una dieta para adelgazar. Con esto se aliviará mucho la presión a los órganos, mejoraría la función de organismo (en especial mejorara el sistema digestivo) que producirá sangre nueva, limpia y saludable.

No conviene aplicar una dieta desequilibrada, ya que el cuerpo congestionado y desnutrido utiliza los nutrientes y las grasas necesarias de sus depósitos de reserva y esto causa más desequilibrio. Y cuando se sale de la dieta rigurosa regresa todo multiplicado. "El efecto rebote".

¿Cómo lograr el peso ideal con un buen estilo de vida?

Adoptando el tipo de alimentación arriba mencionado y hábitos saludables en la forma de comer, tales como: masticar bien, insalivar, comer moderadamente, y en las cantidades correctas…

Bajar de peso se logra: "Sin Pasar Hambre, Ni Desnutrición"

Complementando con:

Una rutina habitual y correcta de ejercicios y otras técnicas importantes de desintoxicación que han resultado sumamente efectivas.

Con información y técnicas correctamente aplicadas claro que se puede lograr tener la figura, el peso y la autoestima tan elevada como se desea.

Como vez, bajar de peso no solo puede ayudarte a eliminar las verrugas y lunares, sino también a mejorar tu mentalidad y espíritu.

Por experiencia te digo: Es tan agradable sentirse una persona nueva y plena.

Creo que la salud y una mejor apariencia son dos buenas razones para motivarte, y comenzar el gran cambio de tu vida.

Conclusión

Espero con todo mi corazón que estos consejos, te ayuden a curar tus verrugas y lunares, así que comencemos a aplicarlos para lograr tu salud integral.

Y si crees que necesitas aprender más sobre el método completo y efectivo de como eliminar verrugas y lunares en solo unas semanas, te recomiendo que leas "Sin Verrugas Y Lunares", y adentro tendrás todo lo que necesitas para ponerle fin al sufrimiento.

Mi deseo es que comiences hoy mismo a curarte. ¡Hoy es el gran día!

Si tienes alguna pregunta, solo ingresa a mi sitio web, y allí estaremos en contacto:

>> **www.SinVerrugasyLunares.com** <<

Tú puedes curar tus verrugas y lunares en menos de unas semanas, solo mejorando tu alimentación, aplicando remedios naturales, haciendo los ejercicios, y mejorando algunos otros aspectos de tu estilo de vida.

Estoy para ayudarte, y también quiero me cuentes tu historia.

Dedicado a tu salud y felicidad.

Manuel A Lucas

www.SinVerrugasyLunares.com